UNIT 3: KATEGORI SERANGAN (BOLA BALING)

LATIHAN PBD

1. Lengkapkan gambar rajah berikut dengan kemahiran yang betul.



2. Lengkapkan strategi menyerang berikut.

(a) Serangan posisi

- Seorang penyerang perlu bijak menempatkan diri di tempat yang tidak dikawal oleh pihak lawan dan mudah untuk menerima hantaran, seterusnya menyusun gerakan taktikal serangan.
- Pemain perlu berupaya memecahkan benteng pertahanan daripada gerakan yang akan dilakukan.

(b) Serangan melalui gerakan

- Seorang penyerang perlu bergerak dengan pantas dan tangkas dalam melakukan gerakan serangan mengikut taktikal pasukan.
- Pergerakan ini mudah bagi mengelirukan pertahanan dan mampu memecahkan benteng untuk melakukan percubaan ke arah gol pihak lawan.

(c) Serangan ke dalam zon serangan

- Pemain yang telah menggerakkan serangan serta sedia untuk melakukan percubaan perlu memberi tekanan kepada pertahanan lawan dalam zon serangan.
- Pemain penyerang lain juga perlu melakukan tekanan kepada pemain lawan lain supaya pertahanan menjadi kucar-kacir dan memberi ruang untuk pemain penyerang melakukan percubaan jaringan.

(d) Serangan di kawasan enam meter

- Pemain penyerang utama yang merancang strategi menjaring di garisan enam meter perlu menempatkan diri di ruang kosong pertahanan lawan supaya serangan dapat dilakukan.
- Apabila pemain penyerang menerima bola di garisan enam meter, penyerang boleh melakukan pusingan atas kaki bukan dominan untuk melakukan percubaan atau melakukan gerakan tiga langkah melepasi pertahanan yang mengadangnya bagi melakukan percubaan ke gol pasukan lawan.

STRATEGI MEYERANG SECARA BERKUMPULAN

(a) Serangan hantaran berpasangan

- Pergerakan serangan ini dilakukan dari bawah secara berpasangan.
- Hantaran pendek dan tepat kepada pasangan akan mempercepatkan serangan.
- Hantaran yang pantas akan mengelirukan pihak lawan dan memudahkan jaringan dilakukan.

(b) Serangan hantaran selari

- Serangan melalui hantaran selari membolehkan bola dihantar dalam keadaan selari dengan pemain penyerang.
- Dalam kedudukan selari, dua orang pemain saling bertukar hantaran ketika melakukan serangan. Serangan ini juga sesuai dalam situasi tiga lawan dua atau lima lawan empat.

(c) Strategi hantaran silang

- Strategi ini akan mengelirukan pertahanan lawan dan memberi ruang yang baik untuk melakukan percubaan ke arah gol.
- Penyerang akan bergerak secara bersilang sama ada dengan bola atau tanpa bola.
- Hantaran dilakukan secara dekat, pendek dan laju.
- Pemain penyerang akan mempunyai peluang apabila gerakan silangnya sukar dibaca dan percubaan ke arah gol boleh menghasilkan jaringan.

STRATEGI MEYERANG SECARA INDIVIDU

LIVEWORKSHEETS
LIVEWORKSHEETS

3. Nyatakan formasi serangan bagi setiap strategi serangan berikut.



1. Formasi 2:4 digunakan untuk menguatkan bahagian serangan.
2. Empat orang pemain berada dalam kawasan enam hingga sembilan meter.
3. Dua orang pemain akan berada di luar kawasan sembilan meter bertindak sebagai penyokong serangan dan juga pertaharan.
4. Seorang pemain penyerang dalam kawasan enam hingga sembilan meter bertindak sebagai *pivot*.
5. Serangan digerakkan daripada pemain di luar kawasan sembilan meter.
6. Jaringan boleh dilakukan oleh pemain di uar kawasan sembilan meter dengan melakukan jaringan dari belakang (*backstrike*) dan boleh mengaplikasikan *six steps*.
7. Formasi ini memberi ruang jaringan dilakukan oleh empat orang pemain dalam kawasan enam hingga sembilan meter atau jaringan dari belakang oleh dua orang pemain di bahagian belakang kiri atau kanan.
8. Formasi ini sering digunakan apabila pihak lawan mempunyai pertahanan yang kuat.

Sumber: Borhan Yusof dan Mohamed@Mohd Sadek Mustaffa (2018)



1. Formasi 3:3 merupakan formasi yang seimbang antara bahagian serangan dengan bertahan.
2. Tiga orang pemain bertindak sebagai penyerang manakala tiga orang pemain lagi membantu untuk menggerakkan serangan.
3. Tiga orang pemain serangan terdiri daripada sayap kanan (RW), sayap kiri (LW) dan pemain tengah (CR).
4. Pemain pertahanan yang terdiri daripada pertahanan kiri (LB), pertahanan kanan (RB) dan pertahanan tengah (CB) akan membantu setiap gerakan serangan dengan hantaran jauh antara pemain.
5. Formasi ini membuka lebih banyak ruang dalam kawasan sembilan meter dan memudahkan pergerakan untuk menyerang.
6. Pemain penyerang boleh bertukar tempat untuk mengelirukan lawan.
7. Serangan juga boleh dilakukan oleh pemain pertahanan dengan melakukan larian enam langkah (*six steps*) untuk mendapatkan jaringan.

Sumber: Borhan Yusof dan Mohamed@Mohd Sadek Mustaffa (2018)

LIVEWORKSHEETS
LIVEWORKSHEETS

4. Padankan jenis strategi bertahan berikut.

Mengawal pemain

Bertahan ketika lontaran percuma

Mengadang serangan

STRATEGI BERTAHAN SECARA INDIVIDU

STRATEGI BERTAHAN SECARA BERKUMPULAN

Bertahan mengawal zon

Adangan badan

5. Nyatakan formasi bagi setiap strategi bertahan berikut.



LIVEWORKSHEETS
LIVEWORKSHEETS

1. Lima orang pemain bertahan berada dalam kawasan enam hingga sembilan meter.
2. Seorang pemain akan berada di luar kawasan enam hingga sembilan meter sebagai pengacah dan pengejar.
3. Tugas pemain pengacah atau pengejar adalah untuk mengawal permulaan serangan, memintas setiap hantaran, merebut dan menepis bola serta merancang serangan balas.
4. Setiap pemain bertahan perlu mengawasi seorang pemain lawan sepanjang garisan enam meter.
5. Pergerakan pemain semasa bertahan mengikut pergerakan bola tanpa meninggalkan pengawasan terhadap pemain penyerang yang berada berhampiran dengannya.
6. Semasa pasukan penyerang cuba melakukan rejaman ke arah gol, pemain yang berada berhampiran akan cuba mengadang dan menggagalkan cubaan jaringan.
7. Pemain bertahan perlu sentiasa berkomunikasi dengan rakan, berbincang serta memberikan arahan dan isyarat untuk mengawasi pemain lawan.
8. Pemain bertahan perlu sentiasa peka dengan kehadiran pemain lawan berhampiran.

Sumber: Borhan Yusof dan Mohamed@Mohd Sadek Mustaffa (2018)



Formasi Bertahan

Pasukan Penyerang ● Pasukan Bertahan

- GK Penjaga gol
- LD Pertahanan kiri
- RD Pertahanan kanan
- LH Pertahanan kiri tengah
- RH Pertahanan kanan tengah
- CB Pertahanan tengah/pemain lingkungan
- FD Pertahanan hadapan

6. Seseorang pemain hanya dibenarkan untuk memegang bola selama _____ saat.

7. Seseorang pemain dibenarkan untuk melakukan _____ langkah apabila memegang bola.

8. Bola yang _____ tiada had masa dan langkah.

LIVEWORKSHEETS
LIVEWORKSHEETS